

# Aufstehen - Hinsetzen

Aufstehen (se lever)

hinsetzen (s'asseoir)

Schnell aufstehen (se lever rapidement)

Mund (s'asseoir rapidement)

Arme hoch (lever les bras)

Arme runter (baisser les bras)

Augen zu (fermer les yeux)

Augen auf (ouvrir les yeux)

Ohren zu (boucher les oreilles)

Ohren auf (décoller les oreilles)

Mund zu (cacher sa bouche)

Mund auf (montrer sa bouche et l'ouvrir)

